

وارفارين

وارفارين دارویی است که از لخته شدن خون پیشگیری می کند و مانع از بزرگتر شدن لخته های قلبی می گردد. لخته شدن خون می تواند باعث کندی یا توقف جریان خون شود.

لخته ها می توانند با گیر افتادن در عروق ریه باعث آمبولی ریه شوند.

همچنین لخته ها می توانند موجب بروز سکته، ناتوانی یا مرگ شوند. لذا درمان سریع مورد نیاز است.

وارفارين در صورتی که به دقت استفاده شود ایمن و مؤثر خواهد بود.

مصرف بیش از اندازه آن می تواند موجب خونریزی و مصرف کم آن می تواند موجب پیدایش لخته های جدید شود لذا میزان دقیق آن بسیار مهم است. مقدار دوز مناسب وارفارين جهت هر شخص توسط تست INR مشخص می گردد. INR تستی است که مدت زمان لخته شدن خون را نشان می دهد. عدد این تست در مصرف کنندگان وارفارين بين ۲-۳ می باشد. این عدد هر چه بیشتر باشد احتمال خونریزی و هر چه کمتر باشد خطر لخته شدن افزایش می یابد.

مارک وارفارين مصرفی خود را همیشه به خاطر داشته باشید و از مصرف مارک های دیگر خودداری کنید زیرا ممکن است دوز داروها متفاوت باشند.

خونریزی ناشی از مصرف وارفارين:

مهمترین عوارض مصرف وارفارين خونریزی می باشد، باید سطح INR در حد نرمال نگه داشته شود تا خطر خونریزی کاهش یابد. در ضمن باید نشانه های خونریزی های غیر معمول را بدانید. تعدادی از این علائم عبارتند از:

- خونریزی های با زمان طولانی مثل خونریزی بینی، لته، خونریزی ناشی از بریدگی، خراش و ...
- کبود شدگی بی دلیل یا کبودی که به مرور بزرگتر می شود.

- خلط خونی

- سردرد شدید و سرگیجه

- اجابت مزاج به صورت قرمز یا تیره و ...

- در هنگام بریدگی ها ۵-۲ دقیقه زخم خود را فشار دهید. اگر ۳۰-۲۰ دقیقه بعد هنوز خونریزی وجود داشت به اورژانس اطلاع دهید.

تداخل دارویی در مصرف وارفارين:

سعی کنید از دارویی که موجب خونریزی می شوند خودداری کنید مانند آسپرین، ایبوپروفن، ناپروکسن و ... همیشه موقع استفاده از داروی جدید این سؤال را پرسید که استفاده آن همراه وارفارين مشکلی نداشته باشد مثل آنتی بیوتیک ها.

رژیم غذایی و وارفارين

-همزمان با مصرف وارفارين از مصرف مکمل ویتامین E خودداری کنید.

برخی از غذاهای مصرفی حاوی ویتامین K برعکس وارفارين عمل می کند (به لخته شدن خون کمک می کند)

- ویتامین K در سبزیجات تیره مانند اسفناج، کلم بروکلی، کلم پیچ و ... برخی گوشت ها مانند گوشت گاو به وفور یافت می شود.

- لازم نیست غذایی را از رژیم غذایی خود حذف کنید فقط مقدار ویتامین K مصرفی خود را در سطح یکسان نگه دارید.

- اگر بیش از یک روز حالت تهوع داشتید یا نتوانستید بیش از چند روز غذا بخورید حتماً به پزشک مراجعه کنید.

- ویتامین K را محدود نکنید فقط از مصرف زیاد آن خودداری کنید. چغندر سبز، بروکلی پخته و خام و ... پیازچه خام، اسفناج، شاهی، کاسنی خام، پیاز سبز، جعفری خام، موسیر، شلغم پخته ... را سعی کنید با رعایت اعتدال مصرف کنید.



بیمارستان عیسی بن مریم (ع)

وارفارین



واحد آموزش به بیمار

تاریخ تدوین: پائیز ۱۳۹۲

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۰

کد پمفلت: H.E.20

شماره تماس با واحد آموزش به بیمار:

۶۷-۳۲۳۳۲۰۶۵ (داخلی ۲۹۲)

www.Bimaramozesh.blogfa.com

[Telegram.me/bimar_amozech](https://t.me/bimar_amozech)

Insta:isa-diabet

فعالیت بدنی

- از انجام ورزش هایی که خطر ایجاد آسیب به شما را در پی دارد اجتناب کنید. اگر نمی دانید کدام ورزش خطر بیشتری را برای شما در پی دارد از پزشک خود سؤال کنید.

کارت مخصوص بیمار:

بیمارانی که وارفارین مصرف می نمایند باید کارتی که مشخص کننده مصرف وارفارین می باشد را همراه داشته باشند.

برروی کارت نام داروها و تاریخ تست INR بعدی نوشته شود. در این صورت اگر سانحه ای برای شما رخ دهد پرسنل بیمارستان و آمبولانس اقدامات و مراقبت های خاص جهت استفاده کنندگان وارفارین را انجام می دهند.

مشاور علمی: آقای دکتر افتخاری (متخصص قلب و عروق)

منبع: عسگری، م و سلیمانی، م. مراقبت های پرستاری ویژه در بخش های

CCU,ICU و دیالیز، بشری، نشر حکیم هیدجی، ۱۳۸۹، چاپ شانزدهم

هشدار های زیر را جدی را بگیرید

- قطع مصرف وارفارین قبل از دستور پزشک امکان ایجاد لخته های خونی را در بدن شما افزایش می دهد.
- از مصرف دو دوز وارفارین به همراه همدیگر اجتناب کنید.

- اگر دوزی را فراموش کردید اگر زمان زیادی از وقت مصرف آن نگذشته است همان موقع استفاده کنید. اما اگر زمان زیادی گذشته و به زمان صرف دوز بعدی نزدیک می شوید دوز فراموش شده را دیگر مصرف نکنید.

- در صورت ایجاد موارد زیر به پزشکتان اطلاع دهید:

- ایجاد زخمی که به سختی خوب می شود.

- تومورهای مربوط به سر یا بدن

- صدمات بزرگ به سر یا بدن

- سردردهای شدید و سرگیجه

- در استفاده از وارفارین باید نهایت سعیتان این باشد

که ریسک ایجاد زخم در بدنتان را کاهش دهید. مثلاً از

ریش تراش برقی به جای ریش تراش تیغی استفاده

کنید

- هرگونه بریدگی یا خراش را به سرعت تمیز و درمان

کنید

- مصرف وارفارین در دوران حاملگی ایمن نمی باشد.

در این صورت باید با پزشک خود مشورت کنید.

- استفاده وارفارین جهت زنان شیرده فقط تحت نظر

پزشک ممانعتی ندارد.

.....
.....
.....
.....